

こころとからだの健康のために

入場無料

# ふくふく健康21フェスタ



ここから始める!健康づくり~継続は力なり~



日時 平成30年 9月1日(土) 10時~15時

場所 シーモール下関 2階 シアター1、サンパティオ、ピアモール  
4階 シーモールホール

2階  
シアター1

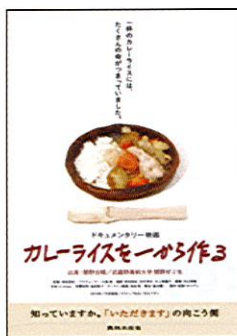
映画上映

13時15分~

## 「カレーライスを一から作る」

### 無料上映決定!

カレーライス/materialを大学生が自分達の手で育て、作り、食べようという9か月にわたる取り組みを撮影。「命」を食べて生きていくという人間にとって基本的な営みを見つめなおす映画です。



※一部食鳥処理(と殺、解体処理)の映像が含まれます。  
※席に限りがありますので、満席の際は座れない場合があります。

2階  
サンパティオ

食育コーナー

無料歯科検診も実施!

2階のコーナーを3つ回って、くじに参加!  
JA下関のおいしい食材をあてよう!!

「食」に関する楽しいコーナーがたくさん!  
(一部コーナー紹介)

- ・一日分の野菜の量は  
はかってみよう
- ・食べ物の塩分を知ろう
- ・おなかの悪い菌をやっつける
- ・お口の年齢測定 等



「食」についていろいろ体験しよう♪

4階  
シーモール  
ホール

ここから(心・体)チェックコーナー

4階シーモールホール  
(詳細は裏面へ)

- ★薬に関する相談、骨量測定、血管年齢測定、体力チェック、脳力チェック、しおり作りなど
- ★ふく薬健康チェックコーナー(下関市薬剤師会)~血管年齢測定・その他体のチェック~

※下関市薬剤師会実施の血管年齢測定は先着80名に整理券を配布します。  
整理券は10時より2階セントラルコート(正面玄関入ってエスカレーター上がりすぐ)にて配布  
(シーモールは8時にならないと入れません)

<主催>下関市 <共催>下関市健康づくり推進協議会

<後援>下関市医師会 下関市歯科医師会 下関市薬剤師会 山口県看護協会下関支部 山口県理学療法士会 山口県言語聴覚士会 山口県作業療法士会下関地区  
山口県歯科衛生士会下関支部 下関市保健推進協議会 下関市食生活改善推進協議会 ぐ〜んと健康21ネットワークの会 下関市食品衛生協会 山口県労働基準協会下関支部 下関市PTA連合会 しものせき健康ブランド認定事業所(西中国信用金庫、下関農業協同組合、サンデン旅行、山口ヤクルト販売、シーモール) 下関市教育委員会(順不同)

☆問い合わせ先☆下関市保健部健康推進課 TEL231-1408





# ふくふく健康21フェスタ



入場無料

4階 シーモールホール 10:00~15:00

## ここから(心・体)チェックコーナー

○ふく薬健康チェックコーナー ~血管年齢測定、体脂肪率・体水分率測定等~ (下関市薬剤師会)

※血管年齢測定は先着80名に整理券を配布します。

整理券は10時より2階セントラルコート(正面玄関入ってエスカレーター上がりすぐ)にて配布(シーモールは8時にならないと入れません)

○薬の相談コーナー(下関市薬剤師会)

○今日から始める誤嚥予防・認知症予防(山口県言語聴覚士会)

○しおり作りで手のリハビリ体験(山口県作業療法士会下関地区)

○体力チェックコーナー(山口県理学療法士会) ○クイズで脳トレ!(西中国信用金庫)

○旅の相談窓口~クイズに答えて鹿児島名産品を当てよう!~(サンデン旅行)

○からだのバランスチェック(カーブスシーモール下関)

○簡単!ミニ脳力チェックコーナー(下関市保健推進協議会)

○ウォーキングイベント紹介等(ぐーんと健康21ネットワークの会)

○消防署コーナー(下関市消防局)

○血管年齢測定・骨密度測定(下関市健康推進課)

○その他啓発・紹介コーナー等

2階 サンパティオ 10:00~15:00

## 食育コーナー ~食に関するブースが集結~

2階各コーナーを3つ回って、JA下関の野菜等が当たるくじに参加!

○一日分の野菜の量をはかってみよう!(下関市食生活改善推進協議会)

○新鮮野菜をGETしよう!(下関農業協同組合)

○おなかの悪い菌をやっつけろ!!(山口ヤクルト販売)

○お口の年齢測定(山口県歯科衛生士会下関支部)

○食べ物の塩分を知ろう!(下関市健康推進課) ※10:30~

○無料歯科検診((一社)下関市歯科医師会)



2階 ピアモール 13:30~16:00

まちの保健室 ~血圧測定・体脂肪測定・血管年齢測定など~  
(山口県看護協会下関支部)

